


日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (6月10日)	什菜火腿通粉	豉汁排骨 椰菜 / 時蔬 蕃茄薯仔湯	滑蛋牛肉 小棠菜 / 時蔬 蘋果瘦肉湯	
星期二 (6月11日)	甜餐包 阿華田	冬菇炆豬柳 翠玉瓜炆燒 青紅蘿蔔湯	金針雲耳蒸雞 菜芯 / 時蔬	
星期三 (6月12日)	時菜魚片烏冬	肉鬆蒸水蛋 椰菜花 / 時蔬 霸王花瘦肉湯	豉椒肉排 唐生菜 / 時蔬 赤小豆老黃瓜湯	
星期四 (6月13日)	火腿蛋包 檸檬水	豉油王雞翼 菜芯 / 時蔬 南北杏雪耳甘荀湯	梅菜蒸肉餅 西蘭花 / 時蔬	
星期五 (6月14日)	炸醬麵	上海粗炒 南瓜肉末 羅漢果瘦肉湯	肉碎玉子豆腐 白菜仔 / 時蔬	夏枯草 (3PM 涼茶)
星期六 (6月15日)	南瓜肉碎粥 燒賣	白切雞 唐生菜 / 時蔬	粟米魚塊 紹菜 / 時蔬 木瓜雞腳湯	紅豆沙 (晚點)
星期日 (6月16日)	奶醬三文治 好立克	豉椒炒肉片 白菜仔 / 時蔬	沙嗲雞球 椰菜 / 時蔬 薏米瘦肉湯	


餐單設計:

 (范煥英)
註冊護士

日期:

10-5-2019


廚師:

 (容文杰)

日期:

11-5-2019


舍監批准:

 (梅達明)

日期:

14/5/2019

校長副署:

 (姚炳華)

日期:

15-5-2019

CC: 膳食組主席何沛凡主任

Z:\2018-2019\每月餐單\2019.6.10-7.14 餐單.docx

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (6月17日)	時菜魚片湯米	馬蹄冬菇肉餅 紹菜 / 時蔬 雜菜湯	味菜炒牛肉 小棠菜 / 時蔬 紫菜肉碎湯	
星期二 (6月18日)	腸仔包 菜蜜	蜜味雞翼 節瓜蝦米粉絲 無花果瘦肉湯	洋蔥豬扒 菜芯 / 時蔬	
星期三 (6月19日)	雪菜肉絲河粉	蘿蔔豬柳條 椰菜花 / 時蔬 蕃茄肉片湯	燒味雙拼 唐生菜 / 時蔬 木瓜雪耳湯	
星期四 (6月20日)	午餐肉包 阿華田	薯仔炆雞 菜芯 / 時蔬 海底椰腰果瘦肉湯	梅子排骨 西蘭花 / 時蔬	
星期五 (6月21日)	雜菜火腿通粉	蕃茄肉醬意粉 南瓜肉鬆 合掌瓜瘦肉湯	蝦米肉鬆蒸水蛋 白菜仔 / 時蔬	馬蹄竹蔗水 (3PM 涼茶)
星期六 (6月22日)	粟米肉碎粥 腸粉	沙薑雞 椰菜 / 時蔬	蕃茄魚塊 唐生菜 / 時蔬 雪梨雪耳湯	腐竹糖水 (晚點)
星期日 (6月23日)	火腿三文治 檸檬水	滑蛋牛肉 白菜仔 / 時蔬	鹵水雞槌 紹菜 / 時蔬 清補涼豬骨湯	

餐單設計:

 (范煥英)
註冊護士

日期:

10-5-2019

廚師:

 (容文杰)

日期:

11-5-2019

舍監批准:

 (梅達明)

日期:

14/5/2019

校長副署:

 (姚炳華)

日期:

15-5-2019

CC: 膳食組主席何沛凡主任

Z:\2018-2019\每月餐單\2019.6.10-7.14 餐單.docx

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (6月24日)	時菜肉片烏冬	肉鬆蒸水蛋 椰菜 / 時蔬 佛手瓜豬展湯	南乳雲耳炆雞 小棠菜 / 時蔬 節瓜鱈魚湯	
星期二 (6月25日)	甜餐包 好立克	粟米肉粒 翠玉瓜叉燒 沙參玉竹瘦肉湯	燒味雙拼 菜芯 / 時蔬	
星期三 (6月26日)	醬爆肉碎麵	鹵水雞翼 椰菜花 / 時蔬 蘋果雪耳湯	豉椒肉排 唐生菜 / 時蔬 海底椰甘荀瘦肉湯	
星期四 (6月27日)	火腿蛋包 菜蜜	蘿蔔豬柳條 紹菜 / 時蔬 蓮藕綠豆湯	北菇蒸雞 西蘭花 / 時蔬	
星期五 (6月28日)	時菜魚片湯米	菠蘿雞粒炒飯 粉絲節瓜蝦米 芥菜肉片湯	鹵水雞翼拼紅腸 白菜仔 / 時蔬	羅漢果茶 (3PM 涼茶)
星期六 (6月29日)	香菇肉碎粥 燒賣	玫瑰雞 紹菜 / 時蔬	梅菜蒸肉餅 唐生菜 / 時蔬 南瓜瘦肉湯	烩粟米 (晚點)
星期日 (6月30日)	果占三文治 阿華田	豉椒炒肉片 白菜仔 / 時蔬	梅子蒸排骨 翠玉瓜 / 時蔬 粟米紅蘿蔔湯	

餐單設計:



(范煥英)
註冊護士

日期:

10-5-2019

廚師:



(容文杰)

日期:

11-5-2019

舍監批准:



(梅達明)

日期:

14/5/2019

校長副署:



(姚炳華)

日期:

15-5-2019

CC: 膳食組主席何沛凡主任

Z:\2018-2019\每月餐單\2019.6.10-7.14 餐單.docx

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (7月1日) 學校假期	時菜雞粒米粉	京都豬扒 椰菜 / 時蔬	糖醋骨 小棠菜 / 時蔬 蕃茄薯仔湯	
星期二 (7月2日)	腸仔包 檸檬水	土魷蒸肉餅 翠玉瓜叉燒 眉豆雞腳湯	牛仔骨 菜芯 / 時蔬	
星期三 (7月3日)	雜菜魚片通粉	粟米魚塊 椰菜花 / 時蔬 節瓜瘦肉湯	沙茶排骨 唐生菜 / 時蔬 西洋菜瘦肉湯	
星期四 (7月4日)	午餐肉包 好立克	咖哩牛肉 菜芯 / 時蔬 木瓜雞腳湯	蝦米肉鬆蒸水蛋 西蘭花 / 時蔬	
星期五 (7月5日)	時菜火腿烏冬	雪菜肉絲炆米 南瓜肉末 合掌瓜瘦肉湯	薯仔炆雞 白菜仔 / 時蔬	龍眼肉桑寄生茶 (3PM 涼茶)
星期六 (7月6日)	雞蓉粥 腸粉	白切雞 小棠菜 / 時菜	菠蘿咕嚕肉 椰菜 / 時蔬 雪梨百合瘦肉湯	生菜魚肉 (晚點)
星期日 (7月7日)	奶醬三文治 菜蜜	鎮江骨 紹菜 / 時蔬	燒味雙拼 唐生菜 / 時蔬 海底椰瘦肉湯	

餐單設計:



(范煥英)
註冊護士

日期:

10-5-2019

廚師:



(容文杰)

日期:

11-5-2019

舍監批准:



(梅達明)

日期:

14/5/2019

校長副署:



(姚炳華)

日期:

15-5-2019

CC: 膳食組主席何沛凡主任

Z:\2018-2019\每月餐單\2019.6.10-7.14 餐單.docx

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (7月8日)	炸醬麵	黑椒牛柳 椰菜 / 時蔬 蕃茄薯仔瘦肉湯	馬蹄冬菇蒸肉餅 小棠菜 / 時蔬 清補涼湯	
星期二 (7月9日)	火腿蛋包 阿華田	鮮茄豬扒 節瓜蝦米粉絲 佛手瓜魚尾湯	大豆芽雲耳炒魚鬆 菜芯叉燒	
星期三 (7月10日)	時菜魚片湯烏冬	瑤柱肉碎蒸水蛋 椰菜花 / 時蔬 冬瓜肉片湯	豉油王雞槌 唐生菜 / 時蔬 南瓜腰果湯	
星期四 (7月11日)	甜餐包 檸檬水	薯仔炆雞 菜芯 / 時蔬 雪梨雪耳瘦肉湯	豉汁蒸排骨 西蘭花 / 時蔬	
星期五 (7月12日) 學校假期	雪菜肉絲米粉	楊州炒飯 紹菜 / 時蔬	豉椒炒雞柳 白菜仔 / 時蔬	南北杏雪梨水 (3PM 涼茶)
星期六 (7月13日)	南瓜肉碎粥 燒賣	沙薑雞 唐生菜 / 時蔬	粟米肉粒 紹菜 / 時蔬 青紅蘿蔔湯	焗蕃薯 (晚點)
星期日 (7月14日)	果占三文治 好立克	燒味雙拼 白菜仔 / 時蔬	蘿蔔炆肉片 椰菜 / 時蔬 霸王花瘦肉湯	

餐單設計:

 (范煥英)
註冊護士

日期: 10-5-2019

廚師:

 (容文杰)

日期: 11-5-2019

舍監批准:

 (梅達明)

日期: 14/5/2019

校長副署:

 (姚炳華)

日期: 15-5-2019

CC: 膳食組主席何沛凡主任

Z:\2018-2019\每月餐單\2019.6.10-7.14 餐單.docx